

Antienos filė su vyšnių padažu



Gaminimas

Vyšnias sudedame į gilesnę keptuvę, suberiame cukrų, smulkiai supjaustytą svogūną, uždengiame bei ant vidutinės ugnies pakaitiname vis pamaišant. Kai kiek suminkštėja svogūnai, įpilame balzaminio acto, suberiame prieskonius, druską, uždengiame ir dar kiek pakaitiname. Man užtruko apie 20-30 minučių. Patiekiame dar šiltą arba leidžiame pilnai atvėsti.

Anties filę (kečiau @lapino_puota ančiukų filę su oda) pamarinavau labai paprastai - druska ir pipirais. Labai svarbu prieš kepant įpjauti odelę, jog anties išleistų riebalus bei mėsa išliktų sultinga, o ant odelės pasidarytų traški plutelė.

Ančiukų filę į šaltą keptuvę dedame odelė žemyn. Nereikia naudoti jokio aliejaus, nes išsiskirs pačios anties riebalai! Pakepiname ant vidutinės ugnies apie 10 minučių ar kol gražiai apskrunda odelė, apverčiame bei dar maždaug 4 minutes kepame kitą pusę.

Dedame ant skardos su kepimo popieriumi ir dar apie 10-15 minučių pakepame 180 C įkaitintoje orkaitėje. Iškepus iškart nepjauname, mėsai leidžiama 5-10 minučių pailsėti ir tik tada tiekiamo!

Už receptą dėkojame maistas sielai.

[Atgal į receptų sąrašą](#)

INGREDIENTAI

500 g	Lapino puotos antienos file
	Vyšnių padažas
200 g	vyšnios, šaldytos
mažas	svogūnas
5 šaukštai	rudasis cukrus
20 ml	modenos balzaminis actas
žiupsnelis	druska
žiupsnelis	kajano prieskoniai
1/4 a.š.	džiovintas čiobrelis
1/4 a.š.	cinamonas
	Garnyras buvo labai lengvas:
mėgiamas	salotų mišinys
1/4	žaliosios citrinos sultys
	alyvuogių aliejus
	kedro riešutai